

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.12(158).22
УДК: 796.062.4:355.237.3

Первачук О.І.
аспірант Львівського державного
університету фізичної культури імені Івана Боберського
Панькевич Я.А.
доктор філософії, викладач кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту
Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного
Діденко О.В.
викладач кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту Військової академії

ЗАСОБИ РУКОПАШНОГО БОЮ В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОСЛУЖБОВЦІВ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ ТА ПРОВІДНИХ КРАЇН НАТО

Україна, як незалежна держава, завжди дотримується оборонної військової доктрини та вимагає на сучасному рівні максимальної розрядки міжнародної обстановки і в цей же час приділяє велику увагу підтриманню на належному рівні бойової готовності збройних сил.

Бойова готовність військовослужбовців збройних сил, яка потребує постійного пошуку актуальних напрямків та методів професійного вдосконалення в умовах військово-професійної діяльності, забезпечується багатьма факторами, особливе місце серед яких займає фізична та психологічна підготовка, які являються одними із основних предметів бойової підготовки, невід'ємною частиною системи бойового вдосконалення особового складу.

Враховуючи сьогоденні умови ведення бойових дій на території нашої держави, на нашу думку, не менш важливе значення при підготовці військовослужбовців приділяється засобам рукопашного бою, завдяки яким підвищується боєдатність особового складу, боєготовність частин, підрозділу та формується психологічна підготовленість воїна до виконання завдань за призначенням.

Таким чином, з метою підвищення ефективності процесу в умовах, що склалися, необхідно переглянути засоби підготовки воїна до дії в ближньому бою, формування різноманітних рухових навиків та психологічних якостей військовослужбовців, а також розвиток основних фізичних якостей.

Ключові слова: фізичні якості, засоби, рукопашний бій, фізична підготовка, психологічна підготовленість, військовослужбовці.

Pervachuk O., Pankevych Y. Means of hand-to-hand combat in the system of physical training of military officers of the armed forces of Ukraine and leading NATO countries. Ukraine, as an independent state, always adheres to the defensive military doctrine and demands the maximum de-escalation of the international situation at the current level, and at the same time pays great attention to maintaining an appropriate level of combat readiness of the armed forces.

Combat readiness of servicemen of the armed forces, which requires a constant search for relevant directions and methods of professional improvement in the conditions of military-professional activity, is ensured by many factors, a special place among which is occupied by physical and psychological training, which are one of the main subjects of combat training, an integral part system of combat personnel improvement.

Taking into account the current conditions of warfare on the territory of our country, in our opinion, no less important importance is attached to the means of hand-to-hand combat in the training of military personnel, thanks to which the combat capacity of the personnel, the combat readiness of units, and the unit is increased, and the psychological readiness of the soldier to perform assigned tasks is formed.

Thus, in order to increase the effectiveness of the process in the existing conditions, it is necessary to review the means of preparing a soldier for action in close combat, the formation of various motor skills and psychological qualities of military personnel, as well as the development of basic physical qualities.

Key words: physical qualities, means, hand-to-hand combat, physical training, psychological readiness, military personnel.

Постановка проблеми та її взаємозв'язок з важливими науковими та практичними дослідженнями. У умовах сьогодення рукопашний бій являє собою форму фізичної підготовки, перед якою стоїть ціль та мета забезпечити підготувати майбутнього офіцера-спеціаліста, володіючого міцними теоретичними знаннями, організаційними та методичними навичками, який зможе на високому професійному рівні проводити підготовку військовослужбовців до ведення рукопашного бою у військових частинах та військових навчальних закладах Збройних Сил [3, 18].

Оволодіння воїном засобами рукопашного бою, на думку деяких авторів [9], повинно бути спрямоване на розвиток та вдосконалення швидкості, спритності, сили, спеціальної витривалості, гнучкості. Тому саме цим фізичних якостях необхідно приділяти увагу завжди, а особливо в процесі навчання рукопашному бою.

У свою чергу, у переліку керівних документів та роботах науковців відсутнє досконале наукове обґрунтування системи підготовки військовослужбовців засобами рукопашного бою.

Таким чином, тривала участь військовослужбовців у веденні бойових діях, виконання завдань бойової

діяльності у безпосередньому зіткненні з противником [8], значні фізичні та психологічні навантаження військовослужбовців в умовах ведення бойових дій система підготовки військовослужбовців потребує постійного пошуку сучасних напрямків щодо обґрунтування змісту та застосування засобів рукопашного бою на сучасному етапі розвитку Збройних Сил України військовослужбовців в різних умовах військово-професійної діяльності, відповідно до призначення та завдань, що виконуються в умовах наближених до бойових [16].

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Проведений аналіз літературних джерел та враховуючи, що підготовка до рукопашного бою є найважливішим засобом підготовки до ведення ближнього бою, а також ефективним засобом фізичної та психологічної підготовки, удосконалення психічних якостей та підвищення стійкості до бойового стресу військовослужбовців, існуюча система підготовки потребує ретельного аналізу та кардинального покращення [14, 15].

У дослідженнях Р.Ковальчука, О.Багас, М.Данилюка та інших, розкрито особливості застосування методик розвитку й удосконалення прийомів рукопашного бою та базові положення застосування заходів фізичного впливу, що відіграє важливу роль у процесі оволодіння прийомами рукопашного бою. У свою чергу, у працях Ю.Радченка, Г.Коробейнікова, Ю.Чорнозуба та Л.Коробейнікової відображено питання удосконалення техніки рукопашного бою та перспективам розвитку цього виду спорту як навчальної дисципліни в системі фізичної та психологічної підготовки військовослужбовців [11, 12].

Враховуючи низку досліджень, нами було помічено тенденцію недосконалого наукового обґрунтування системи підготовки військовослужбовців засобами рукопашного бою.

Одним із ефективних шляхів вирішення даної проблеми є застосування засобів рукопашного бою на сучасному етапі розвитку Збройних Сил України військовослужбовців в різних умовах військово-професійної діяльності, відповідно до призначення та завдань, що виконуються в умовах наближених до бойових. Такий підхід забезпечить досягнення рівня фізичної та психологічної підготовленості, що вимагається виконання завдань відповідно до займаної посади.

Мета дослідження – проаналізувати та дослідити застосування засобів рукопашного бою в системі фізичної підготовки військовослужбовців збройних сил України та провідних країн НАТО.

Організація та методи дослідження. Для отримання об'єктивних даних нами використано теоретичні методи (аналіз та узагальнення літературних джерел й наукових даних).

За результатами проведеного аналізу було визначено актуальність і основні напрями дослідження проблеми, а також огляд літературних джерел сприяв уточненню завдань дослідження та вибору адекватних методів для їх вирішення.

Даний етап аналізу наукових джерел здійснювали з метою ознайомлення з фактами, що характеризують сучасний стан досліджуваної проблеми. Для отримання об'єктивної інформації з проблеми організації фізичної підготовки з курсантським складом нами було використано теоретичний аналіз наукових, методичних, періодичних літературних джерел, документальних та архівних матеріалів вітчизняної та закордонної освіти.

Досягнення мети забезпечувалося використанням комплексу адекватних загальнонаукових методів дослідження. Зокрема, було обрано розповідь, оскільки вона дозволяє більш різнобічно охарактеризувати відносно широке коло питань. Проте, для мінімізації суб'єктивних поглядів і суджень було використано різні джерела інформації, але передусім літературні та документальні. При цьому, використали критичний підхід до вибору наявних джерел інформації. Формування кола літературних джерел відбувалося після їх пошуку у таких базах даних: Scopus, SPORT Discus, Web of Science. Ураховували інформацію джерел, що були пов'язані з різними аспектами діяльності науковців у сфері застосування рукопашного бою на практиці. Під час пошуку використовували такі ключові слова: рукопашний бій, засоби, прийоми рукопашного бою, морально-вольові якості, психологічна готовність, бойова діяльність, а також відповідні їм аббревіатури й комбінації. Враховували також часовий аспект появи інформації з певної тематики. Аналогічно відбувалося безпосереднє вивчення друкованих літературних джерел, зокрема інформації статей журналів про списки використаної літератури. Так було обрано понад 60 джерел інформації, після цього проведено останній огляд та виокремлено 18 джерел інформації, матеріал яких було опрацьовано за допомогою загальнонаукових методів, зокрема аналізу і синтезу, систематизації, узагальнення.

Виклад основного матеріалу дослідження. Рукопашна сутичка характеризується високою напругою бойових дій, які потребують від військовослужбовців максимальних м'язових зусиль і вміння проявляти їх в ситуаціях із швидкозмінюючою обстановкою. В процесі поєдинку на організм бійців впливає екстремальна по величині і тривалості навантаження, що потребує граничної мобілізації функціональних можливостей організму і високі вимоги до фізичної підготовки тих хто займається [2, 10].

Рукопашний бій в Збройних силах є одним із розділів фізичної підготовки. Заняття з рукопашного бою спрямовані на оволодіння військовослужбовцями прийомами рукопашної сутички з супротивником, озброєним холодною або вогнепальною зброєю, а також на розвиток швидкості в діях, виховання сміливості і рішучості, упевненості в своїх силах, ініціативи і кмітливості [1].

В збройних силах провідних країн НАТО – США, ФРН, Англії і Франції – навчання військовослужбовців рукопашному бою є самостійним розділом бойової підготовки, на який відводиться окремий час. Його проведення регламентується спеціальними керівними документами (статутами, настановами, керівництвами), які передбачають удосконалення військовослужбовців у рукопашному бою не тільки на заняттях з рукопашного бою, а також в ході занять з тактичної, вогневої та інших видів бойової підготовки [4, 10].

Рукопашний бій в провідних країнах НАТО розглядається як засіб військово-професійної підготовки і незамінний

засіб психологічного загартування військовослужбовців, виховання у них упевненості в собі, сміливості і стійкості до впливу бойового стресу. Спеціалісти вважають, що в сучасній війні, яка ведеться на території нашої держави, виросла роль десантних, диверсійно-розвідувальних і партизанських бойових дій, що в свою чергу передбачають підвищення значущості рукопашного бою як військово-прикладного виду підготовки.

В кожній армії НАТО навчання військовослужбовців засобом рукопашного бою має свої особливості, пов'язані з традиціями, бойовим досвідом, системою комплектування та підготовки військ.

Навчання рукопашному бою американської армії почалося з того часу, коли вона вступила у другу світову війну. Підготовка проводилась за власною ініціативою командирів підрозділів і частин. З початком війни в армію було призвано тисячі цивільних викладачів і тренерів з боксу та вільної боротьби, які навчали військовослужбовців. В ході війни американці ознайомилися з різними видами „бойового мистецтва” японських самураїв (джиу-джитсу, карате, дзюдо, ай-кі-до). Ці види зробили великий вплив на американську систему підготовки до рукопашного бою. В післявоєнний період народилась концепція „кнопкової війни”, яка стала причиною зневажання фізичної підготовки й зокрема рукопашного бою [7].

Після краху концепції військового керівництва США взяло курс на покращення якості фізичної підготовки та рукопашного бою військовослужбовців і особливо особового складу підрозділів. Вірність цього курсу довели війни у В'єтнамі і Кореї, помилки яких були враховані військовими.

Командуванням ЗС США були прийняті рішення:

- війська необхідно навчити рукопашному бою;
- підвищити ефективність існуючої системи навчання засобом рукопашному бою, взявши за основу систему навчання в морській піхоті США та підвищити психологічну підготовленість за рахунок виконання прийомів рукопашного бою;
- використати тренування по рукопашному бою з метою формування військово-прикладних навичок, фізичного зміцнення і морально-психологічної підготовки та психологічної підготовленості особового складу.

Були створені польовий статут армії США FM 21-150, польовий статут корпусу морської піхоти США, видані різноманітні посібники і керівництва з організації та проведення занять з рукопашного бою [4, 13].

Методи навчання військовослужбовців армії США рукопашному бою базуються на „інстинктивному методі”. В основі його лежить припущення, що в бою свідомість людини в певній мірі блокується і його дії визначаються вродженими інстинктами агресивності та самозбереження. Тому техніка і тактика рукопашного бою мають ґрунтуватись на інстинктивних реакціях.

В зміст рукопашного бою включаються: прийоми бою багнетом, прийоми бою ножем, удари рукою і ногою, захвати і звільнення від захватів, повалення і кидки, прийоми обеззброєння противника, зв'язування, конвоювання і обшук полоненого. Основним засобом рукопашного бою вважаються удари в найбільш вразливі місця тіла людини. Захвати, кидки, звалення виконують допоміжну роль [4, 6].

Навчання рукопашному бою в армії США поділяється на три етапи: курс початкового навчання, курс удосконалення, курс спеціальних прийомів.

Курс початкового навчання містить прийоми бою багнетом, удари рукою і ногою, прийоми захисту. Цей курс вивчається в період початкової підготовки у навчальних центрах.

Курс удосконалення проводиться в період індивідуального навчання у навчальному центрі і містить прийоми самозахисту, повалення і кидки, прийоми обеззброєння, прийоми бою з ножем.

Курс спеціальних прийомів призначений для особового складу спецпідрозділів. В нього включаються прийоми бою без зброї, прийоми обшуку, зв'язування і конвоювання полонених.

Курси удосконалення і спеціальних прийомів містять також долання штурмової смуги і єдиноборств у захисному спорядженні.

В армії США існує два типи смуг перешкод – 300 і 450 метрів. Смуги обладнуються 10 рядами мішеней, між якими знаходяться перешкоди польового типу.

Військовослужбовців готують до дій в горах, джунглях, пустелі, Арктиці в будь-яких умовах часу, клімату і навколишнього оточення. До загальних вправ всіх родів військ відносять: вправи для постави, загально розвиваючі, біг, акробатика, „партизанські” вправи (перенесення партнерів різними способами, пересування плазом, „гусячим” кроком і т д). Масова гра, естафети, атлетична гра командного характеру [13].

3 листопада 1980 р. В армії введений тест визначення міри фізичної готовності з 3-х вправ: віджимання в упорі лежачи; підняття тулуба лежачи за 2 хвилини; біг на 2-і милі (3218 м).

Один раз в 3-и місяці здійснюється 25-мильний марш-кидок.

На флоті США діє програма „Новий образ життя”. 1,5 години в день під керівництвом інструкторів проводяться фізичні вправи. Перевищення нормативної ваги тіла більш, ніж на 22%, становить питання продовження служби [18, 22].

Кандидати в спецвійська повинні виконати наступні вправи: віджимання в упорі лежачи 45 разів; підняття тулуба 45 разів; біг 2-і милі(3218 м) менше 16 хвилин; підтягування на перекладині не менше 6 разів; тест „виживання на воді в бойових умовах”, що включає наступне:

- плавання в обмундируванні і зі зброєю (гвинтівкою) на 15 метрів;
- пірнання на глибину 3-и метри і звільнення від зброї і спорядження;
- падіння у воду з висоти 3-и метри із зброєю і спорядженням із зав'язаними очима.

Фізична підготовка в цих військах проходить поетапно: на першому етапі на фоні щоденної загально фізичної підготовки проводяться марш-кидки на 10 км. з викладенням 32 кг. Зазначається, що в перші 4-и тижні відсівається до 60% кандидатів. У кінці першого етапу проводять контрольні марш-кидки на 30 км. Особовий склад, що не виконав

нормативи, відраховується в інші частини [7].

Другий етап – це система заходів, направлених на вироблення у особового складу здібності до виживання. Особлива увага приділяється навчанню особового складу спеціальним прийомом рукопашного бою, східним єдиноборствам, подоланню перешкод, формуванню психологічної готовності, згуртованості і бойової злагодженості підрозділів. Регулярно (1-2 рази в тиждень) виконуються нічні марші на незнайомій місцевості.

На третьому етапі проводиться комплексна перевірка рівня фізичної підготовленості, в ході якої на фоні тактичної обстановки здійснюються багатокілометрові переходи (до 180 км).

В підрозділах щодня проводиться біг на 5-8 миль і періодично піші марші по важко прохідній місцевості на 25-100 миль (40-160 км). Вимоги настільки жорсткі, що багато з військовослужбовців по декілька років не виїжджають у відпустку, щоб не втратити форму і не бути відрахованим з привілейованих підрозділів. Зниження результатів по фізпідготовці негайно відбивається на грошовому змісті [4, 13].

Рукопашний бій в армії Англії є окремим предметом бойової підготовки військ і включений в програми підготовки військовослужбовців сухопутних військ, парашутних частин та частин морської піхоти. Існуюча система підготовки у поєднанні з тривалими термінами найменшої служби дозволяє сформувати у військовослужбовців стійкі навички ведення рукопашного бою. У підготовку включають навчання швидкісній стрільбі навскід, використання холодної зброї і прийоми бою без зброї. Англійські війська продемонстрували вміння вести рукопашний бій в ході Фолклендської операції, коли 580 англійських парашутистів і морських піхотинців після 40 кілометрового маршу вступили в бій з 2000 аргентинських солдат. Близький бій перейшов у рукопашну сутичку його результатом було знищення і захоплення в полон 1400 аргентинців [4].

У Франції особовий склад спец підрозділів, крім тестів, без перерви повинен виконувати наступну серію: 30 присідань, 15 віджимань, 40 підйомів тулуба, 4 підтягування, біг на 200 метрів з вантажем 35 кг менш, ніж за 24 секунди, лазіння по 6-метровому канату 2 рази підряд, біг на 1500м з вантажем 10 кг менш, ніж за 9 хв., біг на 8 км з тим же вантажем менш, ніж за 60 хв.

„Школу виживання” по програмі „командо” проходять всі офіцери. Курс „командо” являє собою комплекс прийомів і дій, що виконуються в умовах підвищеної небезпеки і ризику і пов'язані зі значними фізичними і психічними навантаженнями.

У зміст курсу „командо” входять:

- „смуга ризику”, окремі ділянки якої долаються під дійсним вогнем;
- скелелазіння „основи альпіністської техніки”;
- переправи уплав на підручних засобах через водну перешкоду з швидкою течією;
- „втеча з полону” потайний вихід з лабіринту потаємних споруд з подоланням складних перешкод, наприклад, дротяного загородження під струмом;
- дії з вибуховими речовинами і метання бойових гранат;
- „боротьба з танками”, „обкатка” танками, метання протитанкових гранат, установка протитанкових загороджень;
- „рейд” потайне пересування по важко прохідній місцевості в складі підрозділу з попутним рішенням попутних задач”
- „бій в населеному пункті” перебіжки, переповзання, метання гранат, стрільба навскідку, рукопашний бій”
- „живання в складних умовах” прийоми та дії, що забезпечують збереження життя і боєздатності в різноманітних умовах місцевості, клімату і погоди.

Рукопашний бій є самостійним предметом бойової підготовки. Крім того рукопашним боєм особовий склад займається і на заняттях фізичною підготовкою. Але при цьому відпрацьовуються виключно прийоми без зброї: удари рукою і ногою, захвати, звалювання, прийоми душіння, зв'язування та конвоювання [1, 2, 7].

Курс „командо” проводиться у складі штатних підрозділів в спеціальних навчальних центрах протягом 3-х тижнів. Заняття проводяться по 12-18 годин в добу. Головною метою курсу вважається психічне загартування, виховання впевненості в своїх силах і стійкості до великих фізичних навантажень.[4, 10]

А який же рукопашний бій в системі підготовки Збройних сил України? В основі рукопашного бою сучасних Збройних сил України лежить російська система „САМБО” – самооборона без зброї, що почала формуватися в Радянському Союзі наприкінці 20-х років минулого сторіччя. Вона складається з різноманітних національних видів боротьби багатьох народів колишнього Радянського Союзу, англійського і французького боксу, японського дзю-джітсу, дзюдо і карате. В 30-ті роки минулого сторіччя система „САМБО” була прийнята для навчання співробітників і військовослужбовців НКВС, прикордонних військ і Червоної армії. В роки 2-ї світової війни система „САМБО” довела свою високу ефективність [4, 5].

В Збройних силах України підготовка військовослужбовців до рукопашного бою здійснюється з урахуванням їх військово-професійної діяльності, ступеня вірогідності безпосереднього контакту з противником при виконанні службових обов'язків у бойових умовах. Виходячи з аналізу особливостей бойової діяльності визначаються мета, завдання і зміст навчання рукопашному бою для військовослужбовців різних родів військ. Для військовослужбовців частин і підрозділів, бойова діяльність яких проходить поза безпосереднім контактом з противником, метою підготовки рукопашному бою є формування у них готовності знищувати противника при будь-якій раптовій зустрічі. А основним завданням навчання є оволодіння мінімумом прийомів рукопашного бою і формування впевненості в своїх силах при відбитті нападу противника під час несення військовослужбовцями служби чатовими, а також в інших випадках, коли застосування вогнепальної зброї неможливе або недоцільне [4, 6, 13].

В залежності від роду військ передбачено комплекси прийомів рукопашного бою. У навчанні рукопашному бою військовослужбовців усіх видів і родів загальною є спрямованість на формування у них навиків знищення противника,

виведенні з ладу або його захоплення в полон, а також впевненості у власних силах.

Для формування стійких навичок, удосконалення в прийомах та діях рукопашного бою здійснюється не тільки на предметних заняттях з рукопашного бою, але і в процесі тактичної і спеціальної підготовки, спортивно-масової роботи, супутнього фізичного тренування та під час підготовки підрозділів до заступання на варту. Для удосконалення навичок і вмій також передбачено виконання прийомів у поєднанні із доланням перешкод в ході комплексних тренувань, а також проведення навчальних сутичок, які поділяються на обумовлені, напів обумовлені і вільні [5].

Висновки. Аналіз розвитку рукопашного бою в Збройних силах різних країн НАТО показує необхідність його застосування в ході бойової та навчально-бойової діяльності. Це свідчить про те, що рукопашний бій є не тільки засобом військово-професійної спрямованості фізичної підготовки, а й засобом психологічного загартування особового складу, виховання у військовослужбовців сміливості, мужності впевненості у своїх силах та стійкості до впливу бойового стресу. Військовослужбовці повинні систематично вдосконалювати військово-прикладні рухові навички рукопашного бою щоб бути готовими до рукопашних сутичок у будь-який час та за будь-яких умов.

Потрібно проводити більше навчально-тренувальних сутичок, які сприятимуть кращому засвоєнню прийомів, розвиватимуть мислення, швидкість реакції та спритність.

Таким чином, на підставі вищевикладеного вважаємо, що фізична та психологічна підготовленість військовослужбовців позитивно являється базою для досягнення високих успіхів в мистецтві рукопашного бою. Чим більша фізична підготовка воїна, тим більша працездатність її організму, тим краще він сприймає тренувальні навантаження і виконує технічні прийоми, швидше після них відновлюється, тим краще йому підтримувати стан тренуваності.

Література

1. Анохін ЄД., Єрьомін СА, Климович БВ., Томашук СК., Логінов Д.О. (2004). Рукопашний бій.: навчально-методичний посібник, Львів, ЛВІ, 221 с.
2. Анохін ЄД., Логінов Д.О., Міщенко ВВ., Єрьомін СА. (2002). Рукопашний бій: Навч. посібник, Львів, 130 с.
3. Воронцов О., Романчук С., Ролюк О., Яворський А. (2017). Фізичні навантаження військовослужбовців у сучасному бою. Український журнал медицини, біології та спорту : зб. наук. пр. – Миколаїв : ЧНУ ім. П.Могили, Т. 6, № 6 (90) – С. 47-52.
4. Глебов РЮ. (1992). Вживання і рукопашний бій. Бойове мистецтво планети, с. 61-72.
5. Глушков ГА. (1976). Деякі питання психології і педагогіки в системі ідеологічної обробки буржуазних армій: учбова допомога. М.: МВПКУ, 170с.
6. Кузнєцов МА. (1987). Бойова підготовка в сухопутних військах США. Зарубіжний військовий огляд, с. 59-63.
7. Куц ПР. (1984). Підготовка новобранців в армії США. Зарубіжний військовий огляд, с. 79-86.
8. Молоков ОВ. (2009). Щодо удосконалення змісту рукопашної підготовки в Збройних силах України. Вісник Національної академії оборони України, № 1 (9), с. 39-47.
9. Номеровський СВ., Попавд'їн ВВ., Бондарев ДВ., Бурень НВ. (2010). Рукопашна підготовка як підсистема спеціальної фізичної підготовки військовослужбовців Військово-Морських сил Збройних сил України. Слобожанський науково-спортивний вісник, № 4, с. 169-172.
10. Організація і методика проведення навчальних занять із фізичної підготовки (розділ „рукопашний бій”, Київ 2002р.).
11. Радченко Ю. та ін. (2008). Аналіз рукопашного бою: сучасний стан, перспективи розвитку. Вісник Прикарпатського університету. Фізична культура, Випуск 29, с. 64-71.
12. Романчук С., Афонін В. та ін. (2022). Фізична підготовка курсантів вищих військових навчальних закладів на основі вибіркової направленості професійної освіти : [монографія], Л.: НАСВ, 386 с.
13. Соколов НН. (1983). Погляди командування армії США на ведення бойових дій в горах, с. 201.
14. Хацаюк ОВ. (2008). Удосконалення техніки рукопашного бою правоохоронців МВС України із використанням GPRS технологій. Вісник Чернігівського державного педагогічного університету, Вип. 54, с. 326-331.
15. Шевченко О., Романчук В. (2009). Дослідження показників професійно важливих психологічних якостей курсантів під впливом чинників військово-професійної діяльності. Слобожанський науково-спортивний вісник : зб.наук.пр., Харків, № 4, с. 11-14.
16. Oderov A. et al. (2022). Analysis of the level of physical fitness of cadets of the Military College of Sergeants at the stage of primary. Sport i Turystyka. Środokowoeuropejskie Czasopismo Naukowe, Vol. 5, no. 1, pp. 93-102.
17. Oderov A., Romanchuk S., et al. (2017). Innovative approaches for evaluating physical fitness of servicemen in the system of professional training. Journal of Physical Education and Sport, Vol. 17(1), pp. 23-27. (doi:10.7752/jpes.2017.s1004).
18. Romanchuk, S., Oderov A., Olkhovyi O., Klymovych V. (2019). The influence of the system of physical education of higher educational school on the level of psychophysiological qualities of young people. SportMont Journal, no. 17(2), 93-97. DOI: 10.26773/smj.190616.

References

1. Anokhin YeD., Yeromin SA, Klymovych BV., Tomashuk SK., Lohinov D.O. (2004). "Rukopashnyi bii". navchalno-metodychnyi posibnyk, Lviv, LVI, p. 221.
2. Anokhin YeD., Lohinov DO., Mishchenko VV., Yeromin SA. (2002). "Rukopashnyi bii". navch. posibnyk, Lviv, p. 130.
3. Vorontsov O., Romanchuk S., Roliuk O., Yavorskyi A. (2017). "Fizychni navantazhennia viiskovoslužbovtziv u suchasnomu boiu". Ukrainskyi zhurnal medytsyny, biolohii ta sportu : zb. nauk. pr. 6(90). 47-52.
4. Hlebov Rlu. (1992). "Vyzhyvannia i rukopashnyi bii". Boiove mystetstvo planety, p. 61-72.

5. Hlushkov HA. (1976). "Deiaki pytannia psykholohii i pedahohiky v systemi ideolohichnoi obrobky burzhuznykh armii: uchbova dopomoha". M.: MVPKU, p. 170.
6. Kuznietsov MA. (1987). "Boiova pidhotovka v sukhoputnykh viiskakh SShA". Zarubizhnyi viiskovyi ohliad, p. 59-63.
7. Kuts PR. (1984). "Pidhotovka novobrantsiv v armii SShA". Zarubizhnyi viiskovyi ohliad, p. 79-86.
8. Molokov OV. (2009). "Shchodo udoskonalennia zmistu rukopashnoi pidhotovky v Zbroinykh sylakh Ukrainy". Visnyk Natsionalnoi akademii oborony Ukrainy, № 1 (9), p. 39-47.
9. Nomerovskiy SV., Popavdin VV., Bondariy DV., Buren NV. (2010). "Rukopashna pidhotovka yak pidsystema spetsialnoi fizychnoi pidhotovky viiskovosluzhbovtiv Viiskovo-Morskykh syl Zbroinykh syl Ukrainy". Slobozhanskyi naukovy-sportyvnyi visnyk, № 4, p. 169-172.
10. Orhanizatsiia i metodyka provedennia navchalnykh zaniat iz fizychnoi pidhotovky (rozdil „rukopashnyi bii”, Kyiv 2002r.).
11. Radchenko Yu. ta in. (2008). "Analiz rukopashnogo boiu: suchasnyi stan, perspektyvy rozvytku. Visnyk Prykarpatskoho universytetu". Fizychna kultura, Vypusk 29, p. 64-71.
12. Romanchuk S.V., Afonin V.M. (2021). "Fizychna pidhotovka kursantiv vyshchykh viiskovykh navchalnykh zakladiv na osnovi vybirkovoi napravlenosti profesiinoi osvity": [monohrafiia]. L.: NASV. – 386.
13. Sokolov NN. (1983). "Pohliady komanduvannia armii SShA na vedennia boiovykh dii v horakh", p. 201.
14. Khatsaiuk OV. (2008). "Udoskonalennia tekhniki rukopashnogo boiu pravookhorontsiv MVS Ukrainy iz vykorystanniam GPRS tekhnolohii". Visnyk Chernihivskoho derzhavnogo pedahohichnogo universytetu, Vyp. 54, p. 326-331.
15. Shevchenko O. O. Romanchuk S.V. (2009). "Doslidzhennia pokaznykiv profesiino vazhlyvykh psykholohichnykh yakosteï kursantiv pid vplyvom chynnykiv viiskovo-profesiinoi diialnosti". Slobozhanskyi naukovy-sportyvnyi visnyk: zb.Nauk pr. 4. 11-14.
16. Oderov A. et al. (2022). Analysis of the level of physical fitness of cadets of the Military College of Sergeants at the stage of primary. Sport i Turystyka. Środkowoeuropejskie Czasopismo Naukowe, Vol. 5, no. 1, pp. 93-102.
17. Oderov A., Romanchuk S., et al. (2017). Innovative approaches for evaluating physical fitness of servicemen in the system of professional training. Journal of Physical education and Sport, Vol. 17(1), pp. 23-27. (doi:10.7752/jpes.2017.s1004).
18. Romanchuk, S., Oderov A., Olkhovyi O., Klymovych V. (2019). The influence of the system of physical education of higher educational school on the level of psychophysiological qualities of young people. SportMont Journal, no. 17(2), 93-97. DOI: 10.26773/smj.190616.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.12(158).23

УДК: 796.062.4:355.237.3

Первачук О.І.
аспірант Львівського державного
університету фізичної культури імені Івана Боберського
Одеров А.М.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри фізичного виховання, спеціальної
фізичної підготовки і спорту Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного
Мітова О.О.

доктор наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри спортивних ігор
Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту

РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ВДОСКОНАЛЕННЯ ОРГАНІЗАЦІЇ ПРОЦЕСУ НАВЧАННЯ ПРИЙОМАМ РУКОПАШНОГО БОЮ КУРСАНТІВ ВІЙСЬКОВИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

Особливості сьогоденних подій в державі, значне навантаження військовослужбовців, невміле застосування методики щодо правильності організації занять з фізичної підготовки веде за собою необхідність пошуку актуальних напрямів та методів проведення індивідуальних занять з питань навчання прийомам в різних умовах військово-професійної діяльності. Враховуючи відсутність належного професійного відбору з фізичної підготовки до вищих військових навчальних закладах, на нашу думку, являє собою одну з основних причин низького рівня розвитку основних фізичних якостей курсантів перших курсів навчання.

Враховуючи ці обставини, на початковому етапі навчання виникає необхідність проведення значної попередньої роботи щодо загального зміцнення та оздоровленню курсантів, що у свою чергу, значно скорочує навчальний час, необхідний для формування та розвитку рухових умінь і навичок оволодіння складно ординаційними швидкісними руховими діями, якими є прийоми рукопашного бою.

Таким чином, з метою підвищення ефективності освітнього процесу в умовах, що склалися, необхідно розглянути комплексний підхід до організації та проведення навчальних занять, в основу якого покладено ефективну взаємодію декількох науково-педагогічних працівників.

Ключові слова: фізичні якості, контрольні нормативи, фізична підготовленість, професійний відбір, військовослужбовці, курсанти.

Pervachuk O., Oderov A. Recommendations for improving the organization of the process of training hand to hand combat for cadets of military educational institutions. The peculiarities of today's events in the state, the significant workload of military personnel, the inept application of the methodology regarding the correctness of the organization of physical